

2015. OKTÓBER 2.

PÉNTEK 17-19 óra

Ganoderma kávé és tea sarok

Beszélgetés egészségről, betegségről, lúgosításról



Gyógyító mandalakészítés

Curves



2015. OKTÓBER 3.

SZOMBAT 10 óra

„tánc a lélek nyelve”

**Újjászületés
Rehabilitációs Alapítvány
táncklubjának
bemutatója**

Curves



MINDEN HÉTFŐN

**KÖREDZÉS
EXTRA HASIZOM
ERŐSÍTŐ
GYAKORLATOKKAL
EGÉSZ NAP**

Curves



KULINÁRIS CSÜTÖRTÖKI UTAZÁS

17-19 óra



FRANCIA SPÁRGALEVES

HÁZASSZONY VARGA JÚLI

RÓZSASZÍN KEDD

Ha rózsaszín cuccokban
edzel,
5 Curves tallér a
jutalmad

Curves



Van elég szuflád? ...és szufléd?

Hozz vendégeket és gyűjts szuflés csészéket. Öt megszerzése után a hatodikat ajándékba kapod. Ezzel párhuzamosan szuflé recept versenyt is indítunk édes és sós ötletekre. Részletekért érdeklődj az edző lányoktól és figyeld hírleveleinket, facebook oldalunkat.



SZENT MIHÁLY LÉLEKMÉRLEG

Egykoron Szent Mihály napra hazahajtották az állatokat a nyári legelőkről. Mindenki várta, hogy végre együtt legyen a család októbertől a tavaszi jó időig.

Itt az ideje az év mérlegelésének.

Tedd Te is naponta mérlegre magad és edzés után rakj egy kavicsot a mérleg jó vagy rossz serlegébe!

Meglátjuk, hogy így együtt hogy állunk jósággal.
Merre billen estére a mérleg?

